

IMPLEMENTASI DUKUNGAN PERSONAL HYGIENE PADA LANSIA DENGAN DEFISIT PERAWATAN DIRI YANG MENDERITA PENYAKIT OSTEOARTHRITIS DI UPTD PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BINJAI

Sartika Rahma¹, Muchti Yuda², Nina Olivia³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Medan

E-mail: ninabiomed123@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :06-07-2026

Revised :20-07-2026

Accepted :30-07-2026

Keywords:

Personal hygiene, self-care deficit, osteoarthritis

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

Osteoarthritis (OA) in older adults can cause pain, limited mobility, and self-care deficits, thereby interfering with the ability to maintain personal hygiene. Self-care deficits may lead to impaired fulfillment of basic daily needs and reduced quality of life. This study aimed to describe the implementation of personal hygiene education and training for older adults with self-care deficits who have osteoarthritis at the Binjai Elderly Social Service Center (UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai). This study employed a descriptive design using a nursing care approach, which included the stages of assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The intervention was conducted over three days through mentoring, health education, and observation involving two older adult participants experiencing self-care deficits. The Barthel Index was used to assess the participants' ability to perform personal hygiene independently. The results showed that the participants' Barthel Index scores improved from 16 and 15 at baseline to 19 and 18 after the intervention, indicating an improvement to a mild level of dependency. In addition, the intervention enhanced the older adults' knowledge, practical skills, self-confidence, and independence while reducing their dependence on others in performing personal hygiene activities. The findings are

expected to serve as a reference for older adults with osteoarthritis in implementing appropriate personal hygiene practices and may also contribute to the development of standard operating procedures for nursing and healthcare services.

ABSTRAK

Osteoarthritis (OA) pada lansia dapat menyebabkan nyeri, keterbatasan gerak, dan defisit perawatan diri sehingga mengganggu pemenuhan personal hygiene. Defisit perawatan diri akan mengakibatkan gangguan. Penelitian ini bertujuan melihat gambaran implementasi edukasi Latihan personal hygiene pada lansia dengan defisit perawatan diri pada pasien dengan penyakit OA di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. Metode penelitian yang digunakan secara deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan, yang mencakup tahap pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Penelitian ini dilaksanakan dengan metode pendampingan, edukasi dan observasi selama 3 hari menggunakan dua orang responden lansia yang mengalami masalah defisit Perawatan diri, Untuk menilai kemampuan responden melakukan personal Hygiene digunakan indeks Barthel score. Hasil penelitian ditemukan tingkat ketergantungan responden dalam melaksanakan perawatan diri pada kedua responden bernilai 16 dan 15 meningkat menjadi 19 dan 18 (ketergantungan ringan), pengetahuan, keterampilan, kepercayaan diri, serta kemandirian lansia meningkat dan sekaligus mengurangi ketergantungan pada orang lain dalam melaksanakan personal Hygiene. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penderitanya untuk mengimplementasikan serta dapat digunakan sebagai pengembangan standar operasional di layanan Kesehatan.

PENDAHULUAN

Menurut WHO tahun 2024, kondisi umum gangguan kesehatan yang sering dialami oleh lansia adalah gangguan pendengaran, katarak, dan kelainan refraksi, nyeri punggung serta OA, diabetes, depresi, demensia. OA adalah bentuk artritis degeneratif yang sering terjadi pada lansia, OA termasuk salah satu masalah kesehatan masyarakat dengan angka kejadian yang cukup tinggi di seluruh dunia (Maharani & Sidarta, 2023). Secara global, angka penderita OA pada lansia meningkat setiap tahunnya, pada WHO tahun 2022 sekitar 528 juta masyarakat penderita penyakit OA. Lalu meningkat sekitar 595 juta pada tahun 2023. Selanjutnya, kembali meningkat sekitar 677 juta pada tahun 2024. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa 55 juta orang menderita penyakit sendi, dengan prevalensi OA tertinggi 51,9% pada usia 65-74 tahun,

dan 54,8% pada usia di atas 75 tahun (Maharani & Sidarta, 2023). Pada WHO (2024) prevalensi OA di Indonesia sudah mencapai angka yang cukup tinggi yaitu 30% pada usia 40-60 tahun, serta 65% lansia >61 tahun. Prevalensi pada tahun 2024 penderita OA di Sumatera Utara mencapai 48,6% (Nasution, dkk 2024).

OA dapat berdampak negatif pada lansia karena ketidakbebasan aktifitas yang dapat mengganggu kualitas hidup lansia (Amanati & Wibisono, 2022). Hal tersebut dapat mengakibatkan dampak pada kemandirian lansia dalam perawatan dirinya (Fatmala. S, 2021). Kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan kegiatan sehari-hari (ADL) berarti kemampuan untuk menjalankan fungsi kehidupan sehari-hari secara mandiri, seperti yang umumnya dilakukan oleh semua orang. Tingkat kemandirian berhubungan dengan status fungsional seseorang, oleh karena itu semakin rendah kemampuan fungsionalnya maka semakin tinggi tingkat ketergantungannya pada bantuan orang lain dan berpengaruh pada kemampuan melakukan personal hygiene yang mengakibatkan defisit perawatan diri (Suwandewi et al., 2024)

Pada lansia, nyeri sendi akibat OA dapat mengakibatkan defisit perawatan diri dalam pemenuhan personal hygiene sehingga berdampak pada kemandirian lansia dalam perawatan dirinya serta berdampak buruk pada kualitas hidupnya dalam perawatan dirinya serta berdampak buruk pada kualitas hidupnya (Fatmala. S, 2021).

Dukungan perawatan diri merupakan salah satu alternatif untuk mengurangi ketergantungan pada orang lain sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan kemampuan lansia untuk melakukan perawatan diri secara mandiri. Hal ini terkait dengan penelitian (Fatmala. S, 2021) tentang Peran *self care management* terhadap lansia OA dalam meningkatkan quality of life dimana berdasarkan beberapa artikel didapatkan bahwa beberapa manajemen yang berpengaruh pada lansia untuk meningkatkan kualitas hidup pada lansia untuk melakukan personal hygiene dengan cara latihan fisik, edukasi, serta dukungan keluarga.

Penelitian (Fajar et al., 2024) tentang dukungan keluarga berhubungan dengan personal hygiene pada lansia menunjukkan bahwa lansia yang mendapatkan dukungan yang signifikan baik dalam bentuk dukungan fisik, emosional maupun informasi, cenderung memiliki tingkat personal hygiene yang lebih baik dibanding lansia yang kurang mendapatkan dukungan.

Penelitian (Oktarina et al., 2024) tentang edukasi personal hygiene lansia dengan 30 responden di Panti social lanjut usia "Harapan Mulya" dengan tindakan edukasi personal hygiene pada lansia meliputi cuci tangan, menggosok gigi, merawat kulit, berpakaian, merapikan diri, menunjukkan hasil meningkatnya kemampuan lansia untuk mengenal melakukan personal hygiene setelah edukasi yakni 83,33% dapat menerapkan tindakan personal hygiene dengan baik.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini menerapkan asuhan keperawatan Implementasi

dukungan personal hygiene pada lansia dengan defisit perawatan diri yang menderita OA. Subjek yang digunakan adalah dua pasien lansia dengan kasus dan masalah keperawatan yang sama yaitu deficit perawatan diri pada lansia dengan penyakit OA, dengan kriteria inklusi, lansia bersedia menjadi responden, lansia yang menderita OA dengan masalah keperawatan defisit perawatan diri dengan skor Indeks *Barthel* ketergantungan ringan (12-19), kriteria eksklusi yaitu, lansia yang tidak bersedia menjadi responden, 2. Lansia yang menderita OA dengan masalah keperawatan komplikasi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Binjai pada tanggal 27 Oktober 2025 sampai dengan 29 Oktober 2025, metode pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, edukasi, pendampingan dan Observasi pengkajian fisik dengan pendekatan secara: inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi pada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas implementasi dukungan personal hygiene pada dua lansia penderita OA dengan defisit perawatan diri di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai selama empat hari. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa kedua partisipan mengalami nyeri pada kedua bahu, keterbatasan rentang gerak sendi, kesulitan melakukan aktivitas personal *hygiene*, serta ketergantungan ringan dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri. Ny. S memiliki skor *Indeks Barthel* (kemampuan 16 dengan fleksi bahu 90°, sedangkan Ny.J memiliki skor Indeks Barthel 15 dengan fleksi bahu 105°. Hal ini di sajikan dalam table berikut :

Tabel 1. Tingkat kemandirian (Indeks bartel)

Responden	Tingkat kemandirian (Berdasarkan Indeks Bartel)	
	Sebelum	Sesudah
Ny. S	16	19
Ny J	15	18

Pada table di atas menunjukkan bahwa OA menyebabkan gangguan fungsi muskuloskeletal yang berdampak pada menurunnya kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dimana sebelum tindakan implementasi dukungan personal *hygiene*, ketergantungan kedua responden meningkat. Temuan tersebut sesuai dengan penelitian (Manungkalit et al., 2024) (Artawan, 2024) dan (Hidayana et al., 2024), yang menyatakan bahwa OA merupakan penyakit degeneratif yang banyak dialami lansia, terutama perempuan, serta menyebabkan nyeri, keterbatasan gerak, penurunan kemampuan fungsional, dan meningkatnya ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari. Pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI, 2018) intervensi dukungan bagi kedua responden meliputi : observasi, tindakan terapeutik, edukasi, dan kolaborasi.

Penyebab ketebatasan personal *hygiene* pada lansia diakibatkan oleh nyeri yang di akibatkan perjalanan penyakit Osteoarthritis. Dengan adanya tindakan dukungan nyeri yang dialami oleh kedua responden mengalami penurunan. Hal ini dpaat di lihat pada table berikut :

Tabel 2. Tingkat Nyeri pada responden dengan penyakit Osteoarthritis.

Responden	Tingkat Nyeri	
	Sebelum	Sesudah
Ny. S	4	3
Ny J	5	3

Pada table diatas menunjukkan adanya pengurangan nyeri sebelum dan sesudah tindakan implementasi dukungan personal *hygiene*. Peneliti memberikan edukasi tentang pergerakan atau mobilisasi bertahap dalam melaksanakan aktivitas personal *hygiene* serta pendampingan pada klien saat melaksanakan personal *hygiene*. Hal ini berdampak pada nyeri yang di timbulkan selama aktivitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Wainwright et al., 2020), (Oktarina et al., 2024) Fatmala (2021), Hidayana et al. (2024), dan Putu et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi dan latihan personal hygiene secara bertahap efektif meningkatkan kemampuan *Activity of Daily Living* (ADL), pengetahuan, keterampilan, kepercayaan diri, serta kemandirian lansia, sekaligus mengurangi ketergantungan terhadap pengasuh dan orang lain. Dengan demikian, implementasi dukungan personal *hygiene* terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan perawatan diri, mempertahankan fungsi aktivitas sehari-hari, dan meningkatkan kemandirian lansia penderita osteoarthritis.

KESIMPULAN

Didapatkan hasil dari pengkajian pada kedua klien memiliki beberapa persamaan diagnosa media, keluhan utama, serta timbulnya keluhan yang secara mendadak. Adapun beberapa perbedaan pada klien yaitu meliputi nilai skala kemandirian. Setelah dilakukan tindakan keperawatan pada kedua klien, pada hari pertama setelah melakukan latihan personal *hygiene* dengan dukungan didapatkan hasil kedua pasien masih berada di score nilai ketergantungan 16 dan 15 belum ada perubahan di hari pertama. Pada hari kedua didapatkan hasil skor kemandirian meningkat berada di skor nilai 17 dan 16. Pada asuhan keperawatan hari kedua setelah dilakukan tindakan latihan personal *hygiene* didapatkan hasil skor kemandirian berada di Ny. S 18 dan Ny. J 17, dan pada perawatan hari ketiga didapatkan hasil dari kedua klien skore 19 dan 18 setelah dilakukan tindakan latihan personal *hygiene* sudah menurun. Kedua klien mengatakan sudah sedikit ada perubahan setelah mampu mencapai target selama 3 hari.

Berdasarkan hal diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa studi kasus Implementasi dukungan personal *hygiene* untuk mengatasi defisit perawatan diri pada

pasien OA pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai memberikan gambaran berkurangnya masalah defisit perawatan diri pada lansia dengan OA, Dimana klien mampu melakukan tindakan personal *hygiene* sesuai kemampuannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanati, S., & Wibisono, I. (2022). *Analisis Faktor Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Lansia dengan Knee Osteoarthritis : Literature Review*. 1–5.
- Artawan, I. K. (2024). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Aktivitas Sehari-Hari Di Desa Tibubenengka Kuta Utara Kabupaten Badung. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 10(02), 162–171. Putra. G
- Fajar, J., Pesihatu, S., & Rahmawati, E. (2024). *Dukungan Keluarga Berhubungan dengan Personal Hygiene pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga*. 3(2), 55–60.
- Fatmala. S. (2021). Peran Self Care Management Terhadap Lansia Osteoarthritis dalam Meningkatkan Quality of Life pada Lansia Santi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(3), 253–257.
- Hidayana, A. S., Yanto, A., Hartiti, T., & Pohan, V. Y. (2024). *Assessing Independence in Instrumental Activities of Daily Living (IADL) Among Elderly Patients with Knee Osteoarthritis : A Study at the Geriatric Clinic*. 18. <https://doi.org/10.26714/mki.7.4.2024.335-342>
- Manungkalit, M., Putu, N., Purnama, W., & Bura, A. C. (2024). *Kemampuan Perawatan Diri dengan Edukasi Manajemen Penyakit Degeneratif Pada Lansia Di Panti Werdha Mare Fakultas Keperawatan , Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya*. 6(2023), 25–32. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v6i1.1065>
- Oktarina, Y., Misriyani, V., Pebriani, P., Astaria, W., & Siska, S. (2024). Edukasi Personal Hygiene pada Lansia. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(7), 1227–1232. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i7.6824>
- Suwandewi, A., Baihaqi, M. F., & Maulida, M. H. (2024). *Penerapan Barthel Index Terhadap Tingkat Kemandirian Aktivitas Harian Lansia Jamaah Lansia Masjid KH. Ahmad Dahlan Banjarmasin*. 4(1).
- Wainwright, T. W., Burgess, L. C., Immins, T., & Middleton, R. G. (2020). Self-management of hip osteoarthritis five years after a cycling and education treatment pathway. *Healthcare (Switzerland)*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.3390/healthcare8010037>